



Cardápio de Outubro



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - TIETÊ		Cardápio 1 - BERÇÁRIOS - 06 - 24 MESES				2ª SEMANA
SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		07/10/2019	08/10/2019	09/10/2019	10/10/2019	11/10/2019
LANCHE DA MANHÃ	Berçário 1	Mingau de aveia	Maçã cozida	Banana prata	Mamão	Maçã
	Berçário 2	Mingau de aveia	Suco de laranja com cenoura e pão francês com creme vegetal	Suco de maçã e limão e pão de leite com requeijão	Leite com mamão e pão francês com creme vegetal	Suco de laranja com beterraba e pão de leite com requeijão
ALMOÇO	Berçário 1	Feijão, arroz, abobrinha, cenoura, couve, tomate e cheiro verde	Feijão, arroz, frango desfiado, mandioquinha, acelga e cheiro verde	Feijão preto, arroz, purê de abóbora, carne suína e couve.	Feijão ,Arroz, frango desfiado com abobrinha, batata e almeirão.	Macarrão argolinha com carne desfiada, vagem, espinafre e cenoura
	Berçário 2	Arroz, feijão, omelete com cenoura ralada. Salada de abobrinha com tomate e cheiro verde. Laranja	Arroz, feijão, frango desfiado com mandioquinha e ervilhas. Salada de acelga. Maçã	Arroz , feijão preto com abóbora e carne suína com couve refogada. Salada de tomate. Banana Prata	Arroz, feijão, frango ao sugo e abobrinha sauté. Salada de Almeirão. Laranja	Macarrão com carne desfiada ao sugo e vagem. Salada da Alface com cenoura ralada. Gelatina colorida
COLAÇÃO	TODOS	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE DA TARDE	Berçário 1	Canja	Mix de banana e mamão com creme de maisena	Arroz doce ao leite de coco	Bananada* com mingau de maisena	Sopa de feijão com macarrão
	Berçário 2					Suco de abacaxi e bolo com cobertura de laranja
LEITE 16h	TODOS	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

Banana cozida sem açúcar servida com mingau de maisena

Deve-se observar a evolução dos bebês, que poderão receber a alimentação do almoço com a consistência igual a do berçário 2, antes do 10º mês de idade.

A alimentação dos bebês deverá ser bem cozidas e amassada com garfo.

No primeiro ano de vida, não é recomendado que os alimentos sejam muito misturados, porque a criança está aprendendo a conhecer novos sabores e texturas.

Substituto do leite de vaca integral para alunos com restrição será o leite de soja (alimento a base de soja) e ou suco de frutas.

* Doce de banana nanica sem açúcar

Secretaria Municipal da Educação, Avenida Fernando Costa, nº1115, Beira Rio - Tietê, SP. Telefone 15 3285 3899



Cardápio de Outubro



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - TIETÊ		Cardápio 1 - BERÇÁRIOS - 06 - 24 MESES				3ª SEMANA
SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		14/10/2019	15/10/2019	16/10/2019	17/10/2019	18/10/2019
LANCHE DA MANHÃ	Berçário 1	Mingau de aveia		Maçã cozida	Creme de abacate	Banana Prata
	Berçário 2	Mingau de aveia		Suco de maçã e limão e pão de leite com requeijão	Suco de melão e pão francês com creme vegetal	Suco de laranja com beterraba e pão de leite com requeijão
ALMOÇO	Berçário 1	Feijão, arroz, polenta mole com espinafre, tomate e cheiro verde	FERIADO	Feijão, Arroz, purê de batata doce com brócolis, cenoura, tomate e cheiro verde	Feijão, arroz, carne moída com chuchu, mandioquinha, tomate e cheiro verde	Feijão ,Arroz, frango desfiado com abobrinha, beterraba e almeirão.
	Berçário 2	Arroz, polenta recheada com espinafre ao sugo, ovo cozido. Salada de repolho colorido. Laranja		Arroz, Feijão, ovo mexido com brócolis, cenoura e tomate. Salada de Acelga. Maçã	Arroz, feijão, carne moída com mandioquinha, chuchu e cheiro verde Salada de tomate. Gelatina de Limão	Arroz, feijão, Frango com abobrinha e cheiro verde. Salada de Beterraba. Banana Prata
COLAÇÃO	TODOS	Leite	FERIADO	Leite	Leite	Leite
LANCHE DA TARDE	Berçário 1	Canja		Mingau de maisena com bananada	Misto* de mamão e melão	Caldo de carne desfiada com legumes e macarrão argolinha
	Berçário 2			Suco de laranja com cenoura e pão francês com creme vegetal	Leite com mamão e bolo	
LEITE 16h	TODOS	Leite		Leite	Leite	Leite

*amassar as duas frutas juntas

Deve-se observar a evolução dos bebês, que poderão receber a alimentação do almoço com a consistência igual a do berçário 2, antes do 10º mês de idade.

A alimentação dos bebês deverá ser bem cozidas e amassada com garfo.

No primeiro ano de vida, não é recomendado que os alimentos sejam muito misturados, porque a criança está aprendendo a conhecer novos sabores e texturas.

Substituto do leite de vaca integral para alunos com restrição será o leite de soja (alimento a base de soja) e ou suco de frutas.

*** Doce de banana nanica sem açúcar**

Secretaria Municipal da Educação, Avenida Fernando Costa, nº1115, Beira Rio - Tietê, SP. Telefone 15 3285 3899



Cardápio de Outubro



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - TIETÊ

Cardápio 1 - BERÇÁRIOS - 06 - 24 MESES

4ª SEMANA

SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		21/10/2019	22/10/2019	23/10/2019	24/10/2019	25/10/2019
LANCHE DA MANHÃ	Berçário 1	Mingau de aveia	Maçã	Banana Nanica	Mamão	Banana prata
	Berçário 2	Mingau de aveia	Suco de laranja com cenoura e pão francês com creme vegetal	Suco de maracujá e pão de leite com requeijão	Suco de mamão com limão e pão integral com creme vegetal	Suco de laranja com beterraba e pão de leite com requeijão
ALMOÇO	Berçário 1	Feijão, arroz, purê de batata, chuchu, cenoura, e couve	Feijão, arroz, carne moída com brócolis e cenoura ralada	Feijão, arroz, frango desfiado com vagem, purê de batata e acelga	Feijão, Arroz, carne moída com purê de mandioca, tomate e couve	Polenta mole com frango desfiado, vagem, espinafre e cenoura
	Berçário 2	Arroz, Feijão, jardineira de legumes* e ovo cozido. Laranja	Arroz, feijão, carne moída com brócolis e cenoura. Salada de pepino. Gelatina de morango	Arroz, feijão, frango guisado com vagem e batata dsautê. Salada de acelga. Maçã	Arroz, feijão, escondidinho de mandioca com carne moída. Salada de Alfaca. Laranja	Arroz, polenta com frango ao molho com vagem e cheiro verde. Salada de couve. Salada de frutas
COLAÇÃO	TODOS	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE DA TARDE	Berçário 1	Maça cozida com creme de maisena	Mamão	Mingau de aveia	Creme de abacate com maçã	Sopa de Feijão com macarrão
	Berçário 2	Leite com maçã e pão de leite com requeijão	Leite com mamão e pão de leite com creme vegetal	Suco de beterraba com laranja e pão francês com requeijão	Leite com abacate e maçã e pão de leite com creme vegetal	
LEITE 16h	TODOS	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

Deve-se observar a evolução dos bebês, que poderão receber a alimentação do almoço com a consistência igual a do berçário 2, antes do 10º mês de idade.

A alimentação dos bebês deverá ser bem cozidas e amassada com garfo.

No primeiro ano de vida, não é recomendado que os alimentos sejam muito misturados, porque a criança está aprendendo a conhecer novos sabores e texturas.

Substituto do leite de vaca integral para alunos com restrição será o leite de soja (alimento a base de soja) e ou suco de frutas.

* Doce de banana nanica sem açúcar

Secretaria Municipal da Educação, Avenida Fernando Costa, nº1115, Beira Rio - Tietê, SP. Telefone 15 3285 3899



Cardápio de Outubro



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - TIETÊ		Cardápio 1 - BERÇÁRIOS - 06 - 24 MESES				5ª SEMANA
SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		28/10/2019	29/10/2019	30/10/2019	31/10/2019	01/11/2019
LANCHE DA MANHÃ	Berçário 1		Mingau de aveia	Banana prata	Mamão	Maçã
	Berçário 2		Suco de laranja com cenoura e pão francês com creme vegetal	Suco de maracujá e pão de leite com requeijão	Leite com mamão e pão francês com creme vegetal	Suco de abacaxi e pão de leite com requeijão
ALMOÇO	Berçário 1	FERIADO	Sopa de lentilha com macarrão agolinha, cenoura ralada e repolho. B2 - Laranja	Feijão preto, Arroz, carne suína com cenoura, tomate e couve.	Feijão, Arroz, carne desfiada com purê de abóbora, acelga, tomate e cheiro verde	Feijão, Arroz, Frango desfiado, purê de batata com cenoura e acelga
	Berçário 2			Arroz, Feijão preto com carne suína, couve refogada e farofa colorida. Salada de tomate. Banana Prata	Arroz, feijão, carne desfiada com abóbora e molho branco. Salada de acelga com tomate. Laranja	Arroz, Feijão, frango guisado com batata. Salada de Alface. Maçã
COLAÇÃO	TODOS		Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE DA TARDE	Berçário 1		Maçã cozida	Creme de abacate	Mingau de maisena com bananada	Caldo de carne desfiada com legumes e macarrão argolinha
	Berçário 2		Leite com maçã e pão de leite com queijo	Suco de abacaxi com couve e pão francês com requeijão	Limonada e bolo de aniversário	
LEITE 16h	TODOS		Leite	Leite	Leite	Leite

Deve-se observar a evolução dos bebês, que poderão receber a alimentação do almoço com a consistência igual a do berçário 2, antes do 10º mês de idade.

A alimentação dos bebês deverá ser bem cozidas e amassada com garfo.

No primeiro ano de vida, não é recomendado que os alimentos sejam muito misturados, porque a criança está aprendendo a conhecer novos sabores e texturas.

Substituto do leite de vaca integral para alunos com restrição será o leite de soja (alimento a base de soja) e ou suco de frutas.

* Doce de banana nanica sem açúcar

Secretaria Municipal da Educação, Avenida Fernando Costa, nº1115, Beira Rio - Tietê, SP. Telefone 15 3285 3899

Média nutricional semanal											
Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
7 - 11 Meses	500	85	16	10	N.A	360	40	210	8,5	90	2,5
1 - 2 anos	715	120	25	15	10	350	25	380	8	95	3